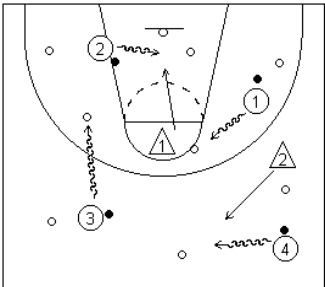
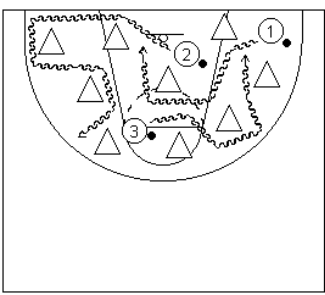
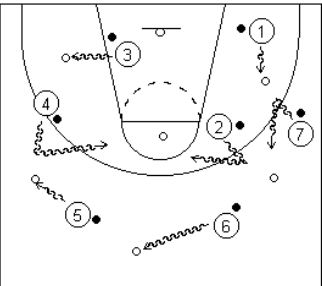


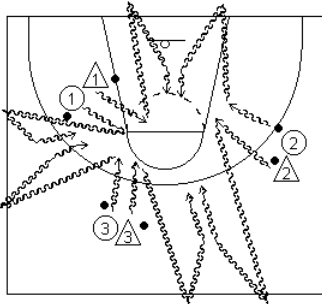
## KOŠARKARSKE ELEMENTARNE IGRE 1

Igre lahko uporabljamo za utrjevanje in izpopolnjevanje tehnično-taktičnih elementov igre na en koš in za popestritev treningov. Primerne so za mlade igralce in igralko U8, U10 in U12.

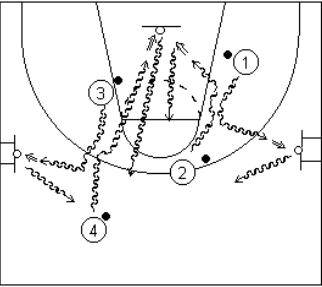
<p>1)</p>	<p><b>Vodenje z dodatnimi nalogami</b></p> <p>Igralci vodijo žogo poljubno po prostoru. Na znak morajo izvesti eno izmed nalog, ki jih bomo kasneje opisali, nato pa voditi naprej.</p> <p>Naloge:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zaustavljanje z izkorakom med vodenjem,</li> <li>• sonožno zaustavljanje z lovljenjem žoge,</li> <li>• enako, le da dodamo pivotiranje,</li> <li>• močno potiskanje žoge ob tla, tako da se odbije visoko v zrak, skok za žogo, doskok,</li> <li>• enako, le da dodamo po doskoku pivotiranje.</li> </ul>	
<p>2)</p>	<p><b>Različica:</b></p> <p>Prehod v eno izmed nalog lahko izbirajo sami.</p>	
<p>3)</p>	<p><b>Osvajati mesta - a</b></p> <p>Na tla postavimo dobro vidne plastične ploščice (uporabna so tudi sečišča različnih črt na tleh igrišča). Teh naj bo več, kot je igralcev. Igralci vodijo žogo od ploščice do ploščice (iščejo proste ploščice). Po vsakem dotiku ploščice z ного (zaustavljanje z izkorakom) ali z obema nogama (sonožno zaustavljanje) menjajo roko, s katero vodijo žogo. Nato nadaljujejo nalogo do naslednje ploščice. Zmaga tisti, ki se je dotaknil več ploščic.</p>	

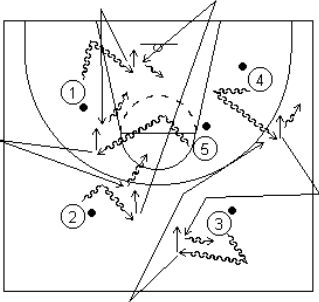
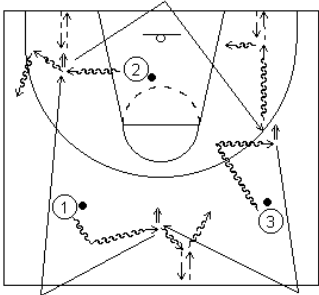
4)	<p><b>Osvajati mesta - b</b></p> <p>Igra je enaka, le da je v medprostorih nekaj igralcev brez žoge. Slednji lovijo tiste z žogo, ko ti iščejo proste ploščice. S tistim, ki ga ulovijo, zamenjajo vloge.</p>	
5)	<p><b>Osvajati mesta -c</b></p> <p>Po petih osvojenih ploščicah lahko vodijo žogo proti najbližji steni in podajo vanjo na določen način. Po odboju žoge od stene nadaljujejo osnovno igro. Vsaka podaja jim prinaša tri točke. Kdo jih bo zbral več?</p>	
6)	<p><b>Osvajati mesta - d</b></p> <p>Enako kot v prejšnji različici, le da vodijo igralci žogo do najbližjega koša in vržejo nanj na določen način. Zadelek jim prinaša tri točke, zgrešen met pa eno.</p>	
7)	<p><b>Pazi na steklo!</b></p> <p>Učenci vodijo žogo med platenkami, razmeščenimi po omejeni igralni površini. Pri tem pazijo, da jih ne podrejo z žogo. Če se to zgodi, primejo žogo z obema rokama, postavijo platenko na njeno mesto, nato pa vodijo naprej. Lahko tekmujejo, kdo bo podrl manj plastenek.</p>	

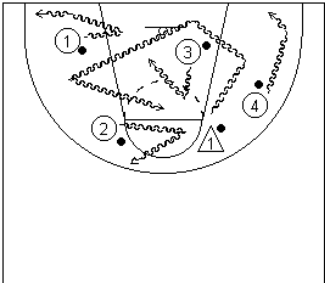
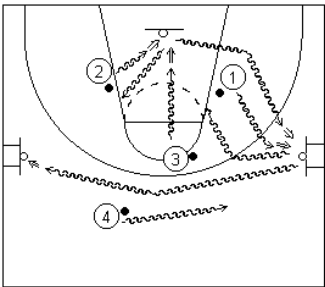
8)	<p><b>Iskati mesta</b></p> <p>Vsak otrok ima svojo žogo. Na tla položimo manj dobro vidnih plastičnih ploščic, kot je otrok. Na znak poskuša vsak zasesti eno ploščico tako, da stopi nanjo z eno nogo. Tisti, ki jim to ni uspelo, vodijo žogo naprej v medprostorih. Po naslednjem znaku morajo tisti, ki se dotikajo ploščic, zamenjati mesto. V iskanje prostih mest se lahko vključijo tudi tisti v medprostorih. Kdo bo največkrat našel prosto mesto?</p>	
----	--	--

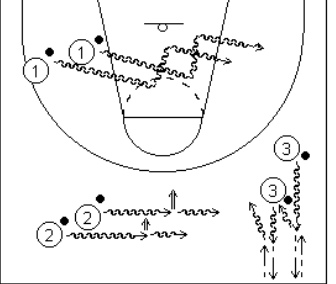
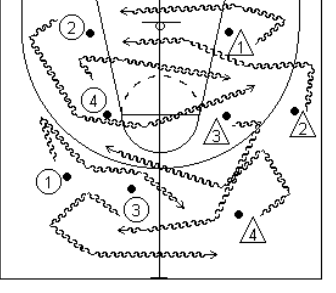
9)	<p><b>Iskati prijatelje - a</b></p> <p>Igralce razdelimo v dvojice. Vsak ima svojo žogo. Z eno roko se držita, z drugo vodita žogo. Na znak se spustita in med vodenjem poiščeta nova prijatelja.</p>	
----	---	--

10)	<p><b>Iskati prijatelje - b</b></p> <p>Po znaku najprej zamenjata žogi, nato med vodenjem poiščeta novega prijatelja.</p>	
-----	---	--

11)	<p><b>Iskati prijatelje - c</b></p> <p>Po znaku vsak najprej vodi žogo proti najbližjemu košu, vrže nanj, nato poišče novega prijatelja.</p>	
-----	--	--

12)	<p><b>Iskati prijatelje - d</b>  Eden v dvojici nima žoge. Na znak poda tisti z žogo le-to svojemu prijatelju, nato poiščeta novega (tisti z žogo prijatelja brez nje in nasprotno).</p>	
13)	<p><b>Iskati prijatelje - e</b>  Enako kot v prejšnji različici, le da se tisti, ki je brez žoge, odkrije proti košu, dobi žogo od partnerja in vrže na koš. Po metu poišče vsak novega prijatelja.</p>	
14)	<p><b>Iskati žoge - a</b>  Igralci vodijo žogo v omejenem prostoru. Na znak potisnejo žogo močnejše ob tla, nato pa stečejo h katerikoli drugi žogi, ki leti po zraku. Po lovljenju preidejo ponovno v vodenje. Pri tem morajo paziti, da bodo pravilno prešli v vodenje. Vsi, ki so do naslednjega znaka uspeli priti do žoge, dobijo točko. Zmaga tisti, ki je zbral več točk. Če ni dovolj žog, naj se igralci brez njih gibljejo med tistimi, ki jo imajo. Po znaku naj se vključijo v igro in poskušajo priti do žoge.</p>	
15)	<p><b>Iskati žoge - b</b>  Igra je enaka, le da mora vsak, ki pride do žoge, potem ko je vaditelj dal znak, le-to voditi proti najbližji steni in jo na določen način podati vanjo. Po odboju nadaljuje osnovno igro do naslednjega znaka.</p>	

16)	<p><b>Iskati žoge - c</b></p> <p>Igra je podobna prejšnji, le da vodijo žogo proti košu. Nanj jo vržejo na določeni način, nato pa nadaljujejo osnovno igro do naslednjega znaka.</p>	
17)	<p><b>Ogenj - a</b></p> <p>Igralci vodijo žogo v omejenem prostoru. Eden izmed njih je "ogenj". Giblje se tja, kjer je največja gneča. Drugi otroci se mu umikajo, da ne bi bili "opečeni".</p>	 <p>The diagram shows a basketball court with a key and three-point line. A player, represented by a triangle, is moving from the key area towards the three-point line. Four numbered circles (1, 2, 3, 4) are placed around the court, with wavy lines indicating a crowd or 'fire' that the player is moving through. Arrows show the player's path.</p>
18)	<p><b>Ogenj - b</b></p> <p>Igralci se gibljejo brez žoge v prostoru. Eden izmed njih ima žogo. Giblje se tja, kjer je največja gneča. Igralci brez žoge se mu umikajo. Na znak se odkrijejo. Tisti, ki dobi žogo, postane "ogenj".</p>	
19)	<p><b>Vodenje in meti</b></p> <p>Igralci vodijo žogo od koša do koša. Na isti koš lahko vržejo šele takrat, ko so vrgli na vse preostale. Mečejo lahko poljubno ali na točno določeni način (iz dvokoraka, po sonožnem zaustavljanju, po zaustavljanju in pivotiranju ipd.). Žogo naj vodijo proti košu, pod katerim je manj gneče! Kdo bo dosegel več zadetkov?</p>	 <p>The diagram shows a basketball court with a key and three-point line. A player, represented by a triangle, is moving from the key area towards the basket. Four numbered circles (1, 2, 3, 4) are placed around the court, with wavy lines indicating a crowd. Arrows show the player's path.</p>

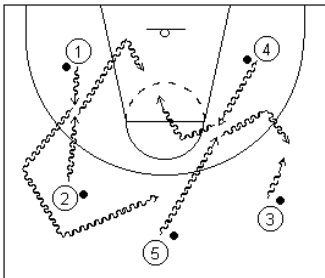
20)	<p><b>Zasledovanje in oponašanje - a</b></p> <p>Igralce razdelimo v dvojice. Vsi imajo žogo. Eden v dvojici vodi igro, drugi ga oponaša. Vodja prehaja med vodenjem v zaustavljanja, pivotiranja, poigravanja z žogo na mestu ipd. Oponaševalec ga poskuša čim bolj natančno posnemati. Na znak vaditelja menjata vlogi.</p>	
21)	<p><b>Zasledovanje in oponašanje - b</b></p> <p>Vodja gibanja vpleta med vodenje podaje v steno ali mete na koš. Oponaševalec ga poskuša posnemati.</p>	
22)	<p><b>Hitro vodenje v gneči - a</b></p> <p>Igralci vodijo žogo v omejenem prostoru. Pri tem se izogibajo drug drugega, vodijo v vrzeli in prazne prostore. Vsak šteje izgubljene žoge. Zmaga tisti, ki mu je žoga manjkrat ušla.</p>	
23)	<p><b>Hitro vodenje v gneči - b</b></p> <p>Igro otežimo tako, da morajo igralci na znak menjati roko, s katero vodijo žogo.</p>	
24)	<p><b>Hitro vodenje v gneči - c</b></p> <p>Igralci so v dveh enakih skupinah. Vsaka izvaja nalogo v omejenem prostoru na svoji strani igrišča. Na znak morajo menjati prostore. To lahko storijo tako, da se vsaka skupina giblje po svoji desni (ali levi) strani v nasprotni prostor, ali tako, da se gibljejo druga proti drugi. Zadnja možnost je primerna za tiste, ki že dobro obvladajo vodenje žoge!</p>	

25)	<p><b>Hitro vodenje v gneči - d</b></p> <p>Igralci hitro vodijo žogo v omejenem prostoru na polovici igrišča. Na znak poskušajo čim prej priti iz gneče do stene, podati žogo vanjo in se hitro vrniti v omejeni prostor. Tisti, ki so v trenutku, ko je bil dan znak, na desni polovici prostora, naj vodijo žogo proti steni na levi strani in nasprotno.</p>	
-----	---	--

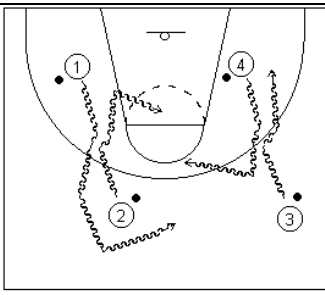
26)	<p><b>Hitro vodenje v gneči - e</b></p> <p>Enako kot v prejšnji različici, le da vodijo žogo proti košu in vržejo vanj.</p>	
-----	---	--

27)	<p><b>Hitro vodenje s prestopanjem črt - a</b></p> <p>Igralci vodijo žogo v omejenem prostoru. Med vodenjem poskušajo čim večkrat prestopiti mejne črte (z eno nogo – zaustavljanje z izkorakom; z obema nogama hkrati – sonožno zaustavljanje, pivotiranje, prehod v vodenje). Isto črto lahko prestopijo šele, ko so prestopili vse druge. Vrstni red prestopanja ni važen! Zmaga tisti, ki je prestopil več črt!</p>	
-----	---	--

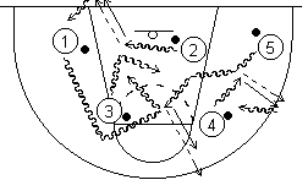
28)	<b>Različice:</b> Enake kot pri igrici "hitro vodenje v gneči".	
-----	--	--

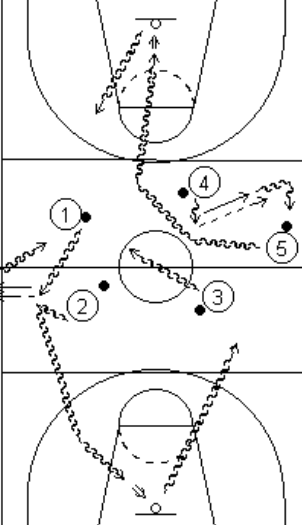
29)	<b>Hitro vodenje s srečevanjem - a</b> Igralci hitro vodijo žogo z isto roko, v večjem omejenem prostoru. Med vodenjem se poskušajo čim večkrat srečati tako, da se drug pred drugim sonožno zaustavijo, dotaknejo z žogami, nato pa ponovno preidejo v vodenje in iščejo naslednjega igralca, s katerim se želijo srečati. Zmaga tisti, ki je opravil več srečanj!	
-----	--	--

30)	<b>Hitro vodenje s srečevanjem - b</b> Igralci vodijo samo z desno ali samo z levo roko. Ko se srečajo, se zaustavijo z izkorakom in si hkrati podajo proste roke. Nato nadaljujejo vodenje in iščejo novega igralca.	
-----	--	--

31)	<b>Hitro vodenje s srečevanjem - c</b> Igralci vodijo s točno določeno roko. Pred srečanjem naredijo spremembo smeri brez menjave roke, tako da preidejo drug mimo drugega in iščejo novega igralca.	
-----	---	---



32)	<p><b>Izbijanje žoge - a</b></p> <p>Igralci vodijo žogo v omejenem prostoru. Med vodenjem izbijajo drug drugemu žogo s prosto roko. Hkrati pazijo, da se to ne zgodi njim. Zmaga tisti, ki je največkrat izbil žogo, ali tisti, ki so mu najmanjkrat izbili žogo.</p>	
-----	---	--

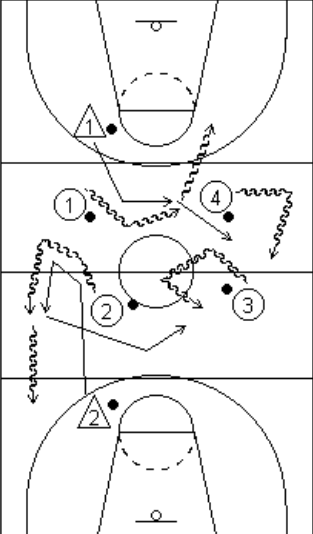
33)	<p><b>Izbijanje žoge - b</b></p> <p>Igrica poteka enako kot zgoraj, le da lahko tisti, ki mu je uspelo izbiti žogo, vodi svojo žogo proti steni. Po podaji v steno se čim hitreje vrne v prostor in nadaljuje osnovno igro. Zmaga tisti, ki je večkrat podal žogo v steno.</p>	
-----	--	---

34)	<p><b>Izbijanje žoge - c</b></p> <p>Enako kot pri prejšnji različici, le da lahko tisti, ki mu je uspelo izbiti žogo, vodi svojo žogo proti najbližjemu košu in vrže nanj. Zadetek šteje tri točke, zgrešen met pa eno. Zmaga tisti, ki je dosegel več točk.</p>	
-----	--	--

35)	<p><b>Izbijanje žoge z obrambo - a</b></p> <p>Igralci vodijo žogo v omejenem prostoru. Med njimi jih je nekaj brez nje. Njihova naloga je, da poskušajo nasprotnikom žogo izbiti. Komur to uspe, dobi žogo in zamenja vlogo.</p>	
-----	--	--

36)	<p><b>Izbijanje žoge z obrambo - b</b></p> <p>Komur uspe izbijanje, vodi žogo proti najbližji steni, jo poda vanjo, nato pa se vrne v omejeni prostor in nadaljuje osnovno igro v drugi vlogi.</p>	
-----	--	--

37)	<p><b>Izbijanje žoge z obrambo - c</b></p> <p>Enako kot v prejšnji različici, le da tisti, ki mu uspe izbiti žogo, vodi le-to proti košu in vrže nanj.</p>	
-----	--	--

<p>38)</p>	<p><b>Osvajalni pohod</b></p> <p>Igralna površina je razdeljena v tri dele. V srednjem otroci vodijo žogo, v desnem delu je lovec B, v levem pa lovec A. Oba sta brez žoge. Na znak stečeta oba lovca v srednje polje in poskušata izbiti žogo igralcem, ki v njem vodijo žogo. Tisti, ki jo izgubi, mora z njo v tisti del igrišča, iz katerega je lovec (lovec naj pove svojo črko). V tem prostoru se poigrava z žogo, dokler se igra ne konča. Zmaga lovec, ki v določenem času ulovi večje število igralcev!</p>	
------------	---	--

<p>39)</p>	<p><b>Lovljenja z vodenjem (z eno ali dvema žogama) – a</b></p> <p>Vsi igralci vodijo žogo. Eden (ali več) je lovec, ki lovi določen čas druge igralce. Za vsakega ujetega dobi eno točko. Tisti, ki zbere več točk v določenem času, je zmagovalec!</p>	
------------	--	--

<p>40)</p>	<p><b>Lovljenja z vodenjem (z eno ali dvema žogama) - b</b></p> <p>Vsi igralci vodijo žogo. Eden je lovec in lovi druge. Ujeti igralec postane njegov pomočnik. Razpoznavni znak za lovca je roka na vratu. Spusti jo lahko le v trenutku lovljenja. Koliko časa poteče, da postanejo vsi lovci?</p>	
------------	--	--

<p>41)</p>	<p><b>Lovljenja z vodenjem (z eno ali dvema žogama) - c</b></p> <p>Vsi igralci vodijo žogo. Eden ali dva sta lovca in lovita druge. Ulovljeni igralec menja vlogi z lovцем!</p>	
------------	---	--

42)	<p><b>Lovljenja z vodenjem (z eno ali dvema žogama) - d</b></p> <p>V vsaki skupini so trije igralci (1, 2, 3). Vsi vodijo žogo. Lovijo se v zaporedju: 1→2, 2→3, 3→1 itn. Po dveh delih lovljenja ali bežanja sledi odmor, vendar v tem času tisti, ki počiva, ne sme prenehati voditi žoge!</p>	
-----	--	--

43)	<p><b>Lovljenja z vodenjem (z eno ali dvema žogama) - e</b></p> <p>Vsi igralci v trojici (1, 2, 3) vodijo žogo. Na znak se začne 1 gibati, igralca 2 in 3 pa mu poskušata v določenem času izbiti žogo. Tisti, ki mu je uspelo izbiti žogo, zamenja z bežečim vlogo! Kdo bo najdalj časa obdržati žogo pod svojim nadzorom?</p>	
-----	---	--

44)	<p><b>Lovljenja z vodenjem (z eno ali dvema žogama) - e</b></p> <p>Vsi igralci vodijo žogo. Približno petina (A) jih je označena (enaka barva dresa). Slednji poskušajo uloviti druge igralce (B). Ulovljeni igralec (C) se mora usesti na tla in nadaljevati vodenje sede. Sedeče igralce lahko osvobodijo igralci B tako, da se jih med vodenjem dotaknejo. Zmaga skupina, ki hitreje ulovi vse igralce! Zmaga skupina, ki ulovi več igralcev v določenem času!</p>	
-----	---	--

45)	<p><b>Lovljenja z vodenjem (z eno ali dvema žogama) - g</b></p> <p>Igralci so razdeljeni v dvojice. Vsak ima svojo žogo. Eden v dvojici je lovec, drugi bežeči. Če lovec bežečega ulovi, zamenjata vlogi!</p>	
-----	---	--

46)

**Enaindvajsetka**

Igralec, ki prvi zadene prosti met, izbere mesto, s katerega bo s tekmeci metal na koš. Naslednji, ki zadene koš, bo lahko metal drugi in tako dalje do zadnjega.

Igralec vrže na koš z izbranega mesta in steče za žogo. Če doseže zadetek, dobi dve točki, če zadene obroč, eno, če zgreši, pa nič točk.

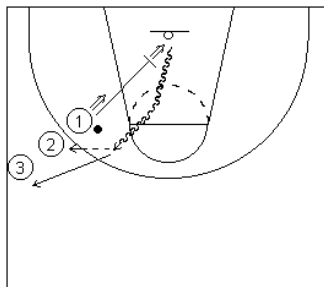
Če je zadel koš ali obroč, lahko ponovno vrže na koš, vendar le, če je ulovil žogo v letu oziroma po enem odboju žoge od tal. Vrže lahko z mesta. Pri tem ne sme narediti korakov! Če je koš zadel, dobi dodatno točko, če je zgrešil, pa nič točk.

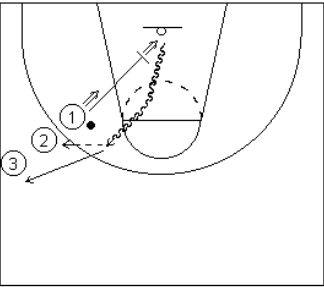
Vedno, kadar doseže tri točke, ponovi nalogo. V vseh drugih primerih poda žogo naslednjemu igralcu.

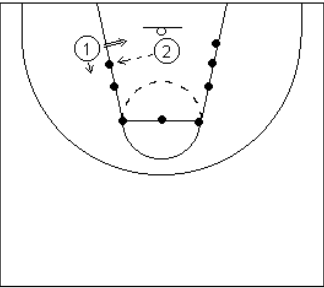
Ko pride ponovno na vrsto, prišteje nove točke k že doseženim. Vsak igralec sešteva svoje točke.

- Igralec, ki zbere po končanem krogu (na koš morajo vreči vsi igralci) 21 točk, postane zmagovalec.
- Če je doseglo (po končanem krogu) 21 točk več igralcev, nadaljujejo igro slednji. Zmagovalec je tisti, ki zbere po končanem mini krogu več točk.

Novo mesto za met izbere igralec, ki je zbral najmanj točk.



<p>47)</p>	<p><b>Prvak - a</b></p> <p>Začetek in način metanja na koš in točkovanje so enaki kot pri prejšnji igri. Razlika je le v tem, da mora igralec, tudi če je dosegel tri točke, predati žogo naslednjemu igralcu. Ta mora zbrati enako ali večje število točk kot predhodnik, drugače izpade.</p> <p>Igrajo toliko časa, dokler ne ostane samo en igralec (dvojica). Ta je zmagovalec prve igre. Po prvi zmagi dobi igralec črko P, po drugi R, tretji V, četrti A in peti K. Takrat postane PRVAK.</p> <p>Po vsaki igri izbira nov položaj za met igralec, ki je prvi izpadel.</p>	
<p>48)</p>	<p><b>Prvak - b</b></p> <p>Tekmujejo lahko v dvojicah. Igralca prve dvojice vržeta na koš drug za drugim, kot je opisano zgoraj. Naslednja dvojica mora doseči enako ali večje število točk kot prejšnja, sicer izpade.</p>	

49)	<p><b>Kdo bo osvojil več mest? - a</b></p> <p>S kredo označimo številke mest na igrišču, s katerih bodo igralci metali na koš. Teh mest mora biti najmanj 9 (npr.: na vseh sečiščih pravokotnih črt s poševnima črtama trapeza in na sredini črte prostih metov). Vrstni red izvajalcev metov določimo na enak način kot pri »enaindvajsetki«.</p> <p>Prvi igralec se postavi na prvo mesto, s katerega vrže na koš. Če zadene, se pomakne za eno mesto naprej. Če zgreši, ga zamenja naslednji igralec. V naslednjem krogu vrže na koš z mesta, kjer je v prejšnjem krogu zgrešil koš. Žogo mu podaja igralec, ki je naslednji na vrsti. Mečejo z mest od 1 do 9 in nazaj od 9 do 1 (eno, dve ali tri serije).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zmaga igralec, ki po določenem številu krogov osvoji največ mest.</li> </ul>	
50)	<p><b>Kdo bo osvojil več mest? - b</b></p> <p>Tekmujejo lahko tudi v dvojicah. Prvi igralec v dvojici meče toliko časa, dokler ne zgreši, nato nadaljuje metanje soigralec z mesta, kjer je zgrešil koš. Ostalo je enako kot pri posameznikih.</p>	

**Bibliografski podatki članka:**

Dežman, B. (2006). Košarkarske elementarne igre 1. Trener ZKTS, 6, 1:49-64 .